

## Vísteme despacio que tengo prisa

Miquel Barceló

Según parece, el "movimiento lento" (*Slow Movement*) nació en 1986 cuando Carlo Petrini inició un movimiento contra la instalación de un restaurante MacDonald's en la Piazza di Spagna en Roma. Con ello se iniciaba una primera reacción contra la exagerada aceleración que nuestro modo de vida nos impone, en este primer caso como crítica de la "comida rápida" (*fast food*).

Pero la cosa no se ha quedado sólo en eso.

Hoy en día el "movimiento lento" abarca un montón de campos y, en cierta forma nos pide, básicamente, un poco de respeto por nosotros mismos como reacción ante un modo de vida en el que hay que actuar con una velocidad exagerada y que produce serios problemas de estrés y otras nuevas molestias o enfermedades.

Era de esperar. Aunque el ritmo de vida se haya acelerado tanto en las últimas décadas, lo cierto es que somos, como máquinas biológicas, exactamente iguales a un ciudadano del imperio romano de hace dos mil años. Es más, los tiempos de las mutaciones y cambios biológicos son lentos, mucho más lentos que los tiempos de las civilizaciones. Biológicamente, somos, en esencia, como los viejos cromagnones de hace miles de años. No deja de ser lícito preguntarse si estamos preparados para tal ritmo de cambios. La evolución biológica nos preparó para vivir en la sabana africana en unas determinadas condiciones. No se han dado todavía los tiempos necesarios para que esa misma evolución biológica nos adapte a esa civilización de vértigo en la que vivimos en los últimos siglos aunque, por suerte, somos una de las especies del planeta más adaptables: somos capaces de vivir como esquimales en el Polo y como beduinos en el desierto, siendo, intrínsecamente, la misma "máquina biológica" si se me permite la expresión.

Pero, aunque iniciado el "movimiento lento" en un ámbito gastronómico, lo cierto es que la reflexión sobre una mayor necesidad de lentitud está llegando a muchos otros ámbitos.

En concreto, el periodista y escritor canadiense Carl Honoré, publicó, en 2004, un libro muy destacable en este sentido: "Elogio de la lentitud" (*In Praise of Slow: Challenging the Cult of Speed*) que en España se publicó, por RBA, en 2005 con el significativo lema: "vivir deprisa no es vivir, es sobrevivir". En 2009, se volvió a publicar por parte de Círculo de Lectores, recuperando el título original completo (aunque con el tradicional miedo y aversión de los editores españoles a poner gerundios en los títulos...): "Elogio de la lentitud: un movimiento mundial desafía el culto a la velocidad".

El mismo Honoré, en una entrevista televisiva citaba casos relacionados con las infotecnologías. Desde el 20% del tiempo de los trabajadores de Google para dar rienda suelta a sus intereses en una orientación que Honoré no duda en considerar propia del "*slow movement*" (según se dice, de ese 20% han salido muchos de los mejores y más brillantes proyectos de Google...), a la cita explícita que el mismo Honoré hacía de un "ejecutivo de IBM" que recomendaba el uso del "*slow e-mail*", lo que podríamos llamar el correo electrónico lento.

No he conseguido encontrar el nombre de ese ejecutivo, pero la idea sí me parece adecuada. Según Honoré, se trata de no abrir nuestro correo cada día y a cada hora. Se trata, pues, de no convertirnos en esclavos de una herramienta de comunicación que demasiadas veces se interpone entre nosotros y la actividad cotidiana.

Hace tiempo que sé, por experiencia, que al leer el correo electrónico no hay que contestar inmediatamente "a vuela teclado" los mensajes, al menos los más problemáticos. Es bueno responder enseguida con datos concretos a mensajes digamos "rutinarios" como citas o así. Pero cuando un mensaje puede ser problemático, es mejor esperar, dejarlo madurar y no contestar en caliente.

Hay que ser prudentes ante las exigencias de velocidad que las infotecnologías nos imponen. Lo tengo claro, aun cuando, debo confesarlo, no siempre soy capaz de hacerlo y reconozco que también yo, me he dejado atrapar demasiadas veces por ese culto a la velocidad que nuestros tiempos (y nuestra tecnología) parecen imponernos. Sería bueno saber y poder reaccionar...